

Nivel de Conocimientos Básicos de Nutrición de Técnicos de Fútbol de Menores

Basic Skills Level Nutrition Minor Technical Soccer

Jorge Chávez¹, Vladimir Colcas², Aracely Reyes³, Cinthia Herrera³, Karen Coronado³, María Fuertes³

¹Nutricionista Especialista en antropometría, ²Nutricionista Cineantropometrista Isak Nivel, ³Docente de la Universidad Nacional Federico Villarreal – Facultad de Medicina, ³Estudiantes de la Universidad Federico Villarreal

E-mail: 1luischocano.chavez@gmail.com ;2vlamcolcas@gmail.com

Capacidades adquiridas: Al finalizar el artículo, los lectores podrán:

- Conocer cuáles son los conocimientos de alimentación balanceada de técnicos de fútbol de menores
- Indicar cuáles son los conocimientos de alimentación deportiva de técnicos de fútbol de menores
- Valorar cuáles son los conocimientos de suplementación deportiva de técnicos de fútbol de menores

Resumen

El conocimiento es definido por la Real Academia Española como: “La acción y efecto de conocer”. Los conocimientos relacionados a nutrición muchas veces están cargados de una serie de mitos y conocimiento no científicos. En el Perú y debido a todavía insuficiente número de Nutricionistas son los profesores o Técnicos de deportes los encargados de promover una alimentación adecuada, sin embargo se debe evaluar cuales son los conocimientos de estos para asegurar la calidad de la información brindada.

Objetivos: Determinar el conocimiento básico de nutrición de los técnicos de fútbol de menores.

Diseño: Estudio descriptivo, transversal.

Participantes: 80 técnicos de fútbol de menores, asistentes a conferencia nacional de técnicos de fútbol.

Instrumento: Una encuesta que consto de 20 preguntas, en las cuales se preguntó temas relacionados con alimentación balanceada (9 preguntas), alimentación del niño/adolescente deportista (5 preguntas) y suplementación en niños/adolescentes deportistas (6 preguntas).

Resultados: los conocimientos de los técnicos de fútbol de menores son regulares en relación a alimentación balanceada (4.7 puntos de un total de 9) pero en las áreas de alimentación deportiva y suplementos los conocimientos son muy pobres (2.4 puntos de 5 posibles y 1.4 puntos de 6 posibles respectivamente), y de manera general en toda la encuesta se obtiene que los conocimientos básicos de nutrición de los técnicos de fútbol de menores son desaprobatorios alcanzando un promedio de 8.5 de un máximo de 20.

Conclusiones: los Conocimientos Básicos de Nutrición de los Técnicos de Fútbol de menores evaluados eran pobres y desaprobatorios

Palabras claves: Conocimiento, Nutrición, Fútbol.

Abstract

Knowledge is defined by the Real Academia Spanish as: "The action and effect of knowing." Knowledge related to nutrition often are loaded with a number of myths and not scientific knowledge. In Peru and due to the still insufficient number of Nutritionists, teachers or Coaches are responsible for promoting good nutritional habits, however It must be assessed which are their knowledge in order to ensure the quality of the information provided.

Objectives: To determine the basic knowledge of nutrition in young's Soccer Coaches

Design: descriptive , cross-sectional study.

Participants: 80 SoccerCoaches, attending to national conference of Soccer Coaches .

Instrument:A survey composed by 20 questions about balanced diet (9 questions) , feeding the child / adolescent athlete (5 questions) and supplementation in children / adolescent athletes (6 questions) were asked .

Results:The Soccer Coaches 's knowledge regarding to balanced feeding were low (4.7 points out of 9) , but in the areas of sports nutrition and supplements, their knowledge were very poor (2.4 points and 1.4 points 5 6 possible respectively), and throughout the survey, their knowledge were deficient reaching an average of 8.5 point in a 0-20 scale

Conclusions:The Soccer Coaches 's basic knowledge about Nutrition were poor and unsatisfactory.

Keywords : Knowledge, Nutrition , Football .
